



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E
SAÚDE CURSO DE NUTRIÇÃO**

**SUSTENTABILIDADE: PERCEPÇÃO E HÁBITOS SUSTENTÁVEIS
DE ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO**

**Brenda Nóbrega Fernandes Lopes
Dayanne da Costa Maynard**

Brasília, 2020

Data de apresentação: 15/12/2020 Local: Sala Google meet

**Membro da banca: Ana Cristina de Castro Pereira Santos e Maria
Cláudia da Silva**

RESUMO

Os impactos ambientais causados pelo uso exacerbado dos recursos naturais, desperdício de alimentos e a produção de resíduos sólidos têm aumentado cada vez mais no mundo inteiro, gerando impactos negativos no meio ambiente. É preciso conscientizar as pessoas a adotarem práticas sustentáveis no dia a dia, para que os danos sejam minimizados e possamos viver em paz e harmonia com a natureza. Os futuros nutricionistas, possuem uma grande responsabilidade nesse meio, pois a nutrição pode contribuir com a sustentabilidade em todas as suas áreas de atuação. O objetivo deste trabalho consistiu em analisar a percepção e os hábitos sustentáveis dos estudantes de nutrição. Este trabalho foi uma pesquisa de campo do tipo descritivo e transversal, que foi realizado em um Centro Universitário do Distrito Federal, por meio de um questionário de perguntas via *Google Forms*, com 51 universitários do curso de nutrição, do 4º ao 8º semestre, que se disponibilizaram a participar da pesquisa. Os participantes voluntários concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Dentre os resultados encontrados, 88,2% (n=45) dos entrevistados já tinham ouvido falar da sustentabilidade na nutrição, 82,4% (n=42) sabiam o significado e a sua importância e 76,5% (n=39) afirmaram saber como a sustentabilidade ajudaria no meio ambiente. Sobre os hábitos sustentáveis, 82,4% (n=42) afirmaram que evitam o desperdício de água, enquanto 88,2% (n=45) evita o desperdício de alimentos em casa. Apenas 52,9% (n=27) realiza com frequência a separação do lixo (orgânico do inorgânico). Sobre reaproveitamento/reutilização, apenas 52,9% (n=27) reaproveitam e reutilizam embalagens e produtos, enquanto 60,8% reaproveita as sobras de alimentos em outras refeições e apenas 29,4% (n=15) afirmaram reaproveitar e reutilizar cascas, sementes e utilizar PANC. Assim também, 90,2% (n=46) concordaram que a sustentabilidade deve ser mais abordada durante a graduação. Em suma, notou-se que os estudantes reconhecem que o tema sustentabilidade ainda é pouco abordado durante a fase acadêmica, com isso, ficou em evidência a necessidade de ampliá-lo.

Palavras-chave: Sustentabilidade; nutrição; meio ambiente; resíduos sólidos; desperdício.

INTRODUÇÃO

A discussão entre alimentação e sustentabilidade teve início com a questão de que se será possível a terra fornecer alimentos a 9 milhões de habitantes previstos para habitarem no planeta em 2050, sem degradá-la de modo que seja irreparável, e com dieta alimentar que contribua de forma positiva para a sustentabilidade, garantindo ao mesmo tempo a saúde e o bem-estar das pessoas (CONTE; BOFF, 2013).

A alimentação é uma atividade de grande importância para todos os seres humanos, tanto pelas razões sociais, biológicas e culturais que envolvem o ato de comer. Os alimentos englobam aspectos que vão desde a produção até a distribuição de refeições para as pessoas e ingestão de alimentos (PROENÇA *et al.*, 2008).

Os impactos ambientais causados pelo uso exacerbado dos recursos naturais, são resultados de atividades de vários setores econômicos da sociedade, alvos de preocupações que envolvem questões sociais, econômicas e ambientais. Um estudo revelou que a destruição do meio ambiente é resultado de processos de industrialização, construção civil e várias outras atividades humanas, como também a produção de refeições coletivas (COLARES *et al.*, 2017).

A geração de impactos ambientais realizados a partir das práticas de produção dos alimentos de forma irracional, têm atualmente levado ao aumento no número de pesquisas e políticas nas quais os profissionais da nutrição devem estar inseridos (PREUSS, 2009). É preciso destacar a importância da identificação dos pontos gerados de resíduos nas UANs, para que ocorra uma futura intervenção com o objetivo de implantar métodos para seu controle e redução (ABREU *et al.*, 2013).

Preuss (2009) em seu trabalho frisa algumas formas de intervenção do Nutricionista, em suas áreas de atuação, a favor da sustentabilidade. Na Alimentação Coletiva, o profissional pode influenciar os fornecedores de gêneros alimentícios à produção sustentável, atentar-se à utilização racional de alimentos, dar preferência à compra de alimentos produzidos regionalmente, frescos e da estação; utilizar equipamentos que sejam econômicos em gasto de energia e água; elaborar projetos visando à diminuição do desperdício de alimentos, água e energia; realizar coleta seletiva e reciclagem do lixo. Em Nutrição Clínica, pode contribuir

dando orientações individuais a cada paciente, abordando não somente a questão nutricional, como esclarecendo a importância e motivando o paciente ao consumo consciente e sustentável. Na Saúde Coletiva, além das atribuições em comum com a área da Nutrição Clínica, pode atuar também no desenvolvimento de pesquisas, promovendo eventos, feiras e congressos que incentivem o debate sobre o Desenvolvimento Sustentável e da criação de Sistemas Alimentares Sustentáveis; participando na criação de programas, políticas e planos governamentais – e não governamentais – ligados ao fomento e à sensibilização ao Desenvolvimento Sustentável (PREUSS, 2009).

É necessário conscientizar a população, mostrando maneiras de evitar o desperdício, realizando ações que façam com que as pessoas reflitam sobre as graves consequências que o desperdício desenfreado de alimentos causam na economia do país, promovendo campanhas que incentivem a reutilização de alimentos, diminuindo os altos índices de perdas (UGALDE, 2015).

A realização deste trabalho é importante para falar sobre a sustentabilidade, um tema ainda pouco abordado nos dias atuais, e o quanto ela pode ajudar o nosso planeta. A sustentabilidade na nutrição é bem ampla e pode ser trabalhada de diferentes formas. Entender a importância de cuidar o quanto antes dos recursos naturais, da natureza, e a importância de minimizar os danos causados pelo homem no mundo. Portanto, esse trabalho se torna um apelo para que haja mudança e transformação do mundo em um lugar melhor.

Diante do exposto, este estudo teve por objetivo analisar a percepção sobre nutrição e sustentabilidade e os hábitos sustentáveis dos futuros nutricionistas de um Centro Universitário. Para que assim fosse identificado as possíveis dúvidas a respeito do tema, e conscientizar sobre sua importância de aplicar a sustentabilidade no dia a dia, seja nas consultas em clínicas conscientizando os pacientes, fazendo campanhas sobre desperdício de alimentos, reaproveitamento dos mesmos, ou evitando o desperdício exacerbado dos alimentos nas Unidade de Alimentação e Nutrição.

OBJETIVOS

Objetivo Primário

Analisar as práticas de sustentabilidade dos estudantes de nutrição.

Objetivos Específicos

- Identificar por meio do questionário de perguntas os hábitos sustentáveis dos estudantes de nutrição;
- Abordar a importância do nutricionista na sustentabilidade;
- Alertar sobre a necessidade da conservação do meio ambiente.

MATERIAIS E MÉTODOS

Sujeitos da pesquisa

A pesquisa foi realizada em um Centro Universitário do Distrito Federal, com estudantes do curso de Nutrição matriculados entre o 4º até o 8º e último semestre.

Desenho do estudo

Foi realizado um estudo de campo do tipo descritivo e transversal.

Metodologia

Foi realizado uma pesquisa com estudantes de nutrição, com o intuito de adquirir informações a respeito da sustentabilidade inserida na nutrição e hábitos sustentáveis, além de procurar entender quais são as maiores dúvidas a respeito do tema, e o que pode ser melhorado no âmbito da profissão.

A seleção da amostra foi realizada por divulgação nas mídias sociais e canal espaço aluno e teve como critério alunos do curso de nutrição, do 4º ao 8º semestre, sem especificação de idade e/ou sexo. Não foram utilizados gravações ou imagens dos participantes, apenas o questionário sem identificação dos mesmos.

O questionário de perguntas (APÊNDICE A) sobre o que é sustentabilidade, ações e hábitos sustentáveis, foi feito através do *Google Forms*, com 12 perguntas fechadas e de autoria própria. Em seguida foi postado no Espaço Aluno, para que os alunos interessados em participar de forma voluntária, pudessem respondê-lo onde estivessem, de forma simples e rápida.

A coleta dos dados da amostra foi realizada no mês de outubro de 2020.

Análise dos dados

Foi feito um mapeamento das respostas, de forma descritiva, por meio de percentuais, e os dados foram apresentados em forma de tabelas.

Critérios de Inclusão

Como critérios de inclusão foram inseridos na pesquisa estudantes do curso de nutrição, cursando do 4º ao 8º semestre, que tenham preenchido corretamente o

questionário de perguntas, sem deixar nenhuma questão em branco, e assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Critérios de Exclusão

Foram excluídos os participantes que não preencheram o questionário de perguntas corretamente deixando questões em branco ou se recusarem a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Aspectos éticos

Os procedimentos metodológicos do presente trabalho foram preparados dentro dos procedimentos éticos e científicos fundamentais, como disposto na Resolução N.º 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde, do Ministério da Saúde.

Antes da submissão do projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), foi solicitada à instituição participante a assinatura do Termo de Aceite Institucional. A coleta de dados foi iniciada apenas após a aprovação do comitê de ética e pesquisa do UniCEUB com o número 4.332.646 e assinatura dos participantes do TCLE. Na execução e divulgação dos resultados será garantido o total sigilo da identidade dos participantes e a não discriminação ou estigmatização dos sujeitos da pesquisa, além da conscientização dos sujeitos quanto a publicação de seus dados.

RESULTADOS

A presente pesquisa teve 51 pessoas na amostra, a maioria das respostas obtidas no questionário de perguntas foram de pessoas do sexo feminino 84,3% (n=43). Foi notado que há um interesse maior por parte das mulheres em participar de pesquisas, se comparado aos homens.

Quando questionados sobre o que significa sustentabilidade e qual a sua importância, 81,4% (n=42) das pessoas responderam que sabiam o significado. Portanto, solicitou-se que os estudantes que marcaram “sim”, marcassem dessa vez a opção correta para a definição de sustentabilidade e a sua importância, e todos (100%) acertaram a resposta. Com isso percebeu-se que as pessoas que responderam “sim”, de fato sabiam o significado da sustentabilidade e sua importância. Além disso a maioria 76,5% (n=39) acreditam ser importante o papel da nutrição para a conservação do meio ambiente (TABELA 1 e FIGURA 1).

Figura 1. O entendimento sobre o conceito de sustentabilidade pelos universitários de um centro universitário de Brasília DF, 2020.

42 respostas



Tabela 1. Respostas dos universitários a respeito da sustentabilidade na nutrição e a sua importância. Brasília-DF, 2020.

PERGUNTAS	SIM	NÃO	NÃO TENHO CERTEZA	TOTAL
Já ouviu falar sobre sustentabilidade na nutrição?	88,2% (n=45)	7,8% (n=4)	3,9% (n=2)	100% (n=51)
Significado do termo sustentabilidade e qual a sua importância?	82,4% (n=42)	3,9% (n=2)	13,7 (n=7)	100% (n=51)
Sabe como a sustentabilidade na nutrição ajudaria na conservação do meio ambiente?	76,5% (n=39)	5,9% (n=3)	17,6% (n=9)	100% (n=51)
Medidas mais severas devem ser aplicadas aos estabelecimentos para que o desperdício de comida e a produção de resíduos sólidos sejam controlados?	84,3% (n=43)	5,9% (n=3)	9,8% (n=5)	100% (n=51)

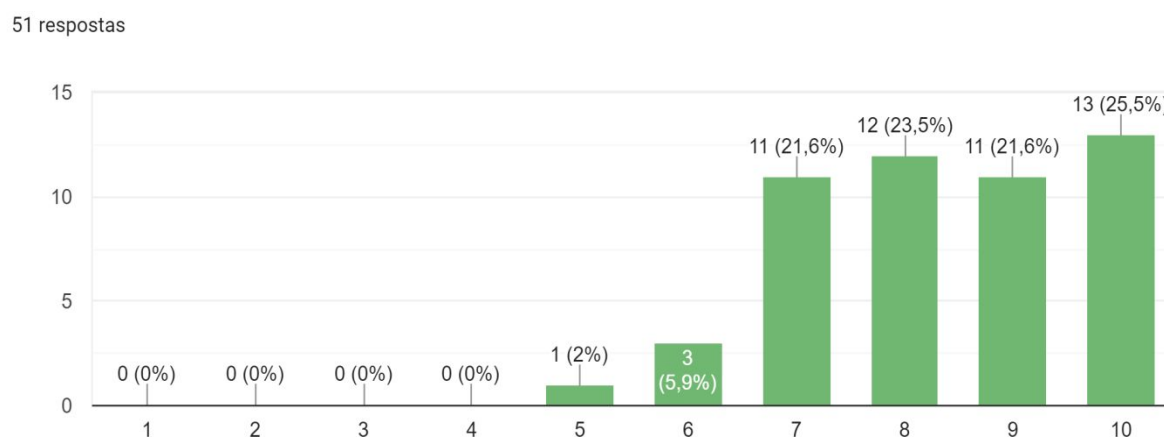
Em relação ao hábito de separar o lixo orgânico do inorgânico, 52,9% (n= 27) responderam que realizam a separação do lixo em casa, enquanto 25,5% (n=13) responderam que às vezes. Observou-se que existe uma preocupação maior em evitar o desperdício de alimentos 88,2% (n=45) se comparado ao desperdício de água 82,4% (n=42). Dados apresentados na tabela 2.

Tabela 2. Respostas dos universitários sobre o hábito de fazer a separação do lixo orgânico do inorgânico, e evitar o desperdício de comida e água em casa. Brasília-DF, 2020.

PERGUNTAS	SIM	NÃO	ÀS VEZES	TOTAL
Você evita o desperdício de água na sua casa?	82,4% (n=42)	2,0% (n=1)	15,7% (n=8)	100% (n=51)
Você evita o desperdício dos alimentos na sua casa?	88,2% (n=45)	5,9% (n=3)	5,9% (n=3)	100% (n=51)
Você realiza a separação do lixo na sua casa? (orgânico do inorgânico)	52,9% (n=27)	21,6% (n=11)	25,5% (n=13)	100% (n=51)

Investigou-se também o grau de preocupação dos estudantes em relação ao meio ambiente. Para essa pergunta as respostas baseavam-se em uma escala de concordância de 1 a 10, onde 1 representava “não me preocupo” e 10 “me preocupo”. As respostas variaram entre 5 e 10. Nenhum estudante (n=0) optou pelos primeiros 4 pontos. A média dos pontos foi de 8,4 (Figura 2).

Figura 2. Autoanálise dos universitários sobre a preocupação com o meio ambiente. Brasília-DF, 2020.



Com relação aos hábitos sustentáveis, sobre reaproveitar/reutilizar embalagens e produtos, 52,9% (n=27) marcaram que possuem o hábito, enquanto 39,2% (n=20) marcaram que às vezes. Já na questão sobre reaproveitar as sobras de alimentos, 60,8% (n=31) responderam que reaproveitam e 33,3% (n=17), às

vezes. Foi observado que a maioria dos estudantes possuem bons hábitos sustentáveis, mas apenas 29,4% (n=15) da amostra tem o hábito de reaproveitar e reutilizar as cascas, sementes e utilizar PANC na preparação de novas receitas, enquanto 23,5% (n=12) das pessoas não possuem esse hábito e 47,1% (n=24) responderam que às vezes realizam o reaproveitamento ou reutilização (TABELA 3).

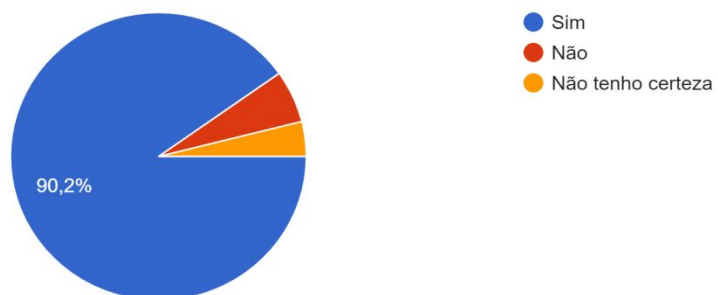
Tabela 3. Respostas dos universitários sobre hábitos sustentáveis de reutilizar/reaproveitar embalagens e produtos, e sobras de alimentos, cascas, sementes e PANC. Brasília-DF, 2020.

PERGUNTAS	SIM	NÃO	ÀS VEZES	TOTAL
Você reaproveitar/reutilizar embalagens e produtos?	52,9% (n=27)	7,8% (n=4)	39,2% (n=20)	100% (n=51)
Você a reaproveita sobras de alimentos na preparação de novas refeições?	60,8% (n=31)	5,9% (n=3)	33,3% (n=17)	100% (n=51)
Você reaproveita/reutiliza/utiliza cascas/sementes/pancs de alimentos na preparação de receitas?	29,4% (n=15)	23,5% (n=12)	47,1% (n=24)	100% (n=51)

Das 51 pessoas entrevistadas, 90,2% (n=46) delas marcaram “sim” para a pergunta “Na sua opinião, a sustentabilidade deveria ser mais abordada durante a graduação?”, onde foi observado que esse assunto ainda é pouco abordado nas salas de aula, e existe a necessidade de expandir o tema de forma que ele venha a ser mais conhecido, contribuindo para que os estudantes tenham mais hábitos sustentáveis e pensem cada vez mais na importância de se preservar o meio ambiente (FIGURA 3).

Figura 3. Pergunta sobre a abordagem da sustentabilidade na graduação dos universitários. Brasília-DF, 2020.

51 respostas



DISCUSSÃO

Em relação aos dados encontrados nesta pesquisa foi possível perceber que os estudantes de nutrição que participaram da pesquisa possuem uma boa percepção sobre nutrição e sustentabilidade, mas os hábitos sustentáveis ainda podem melhorar.

A sustentabilidade na nutrição vem ganhando cada vez mais espaço, e é o tema escolhido para a nova campanha do Sistema Conselho Federal e Regionais de Nutricionistas (CFN/CRN), que tem como objetivo chamar a atenção da categoria para a responsabilidade socioambiental como diferencial de atuação tanto no atendimento individual, como nas unidades de alimentação coletiva (CFN/CRN, 2020).

No trabalho realizado com funcionárias de um restaurante universitário da UESB, concluiu que ao verificar o conhecimento das manipuladoras dos alimentos sobre dimensão ecológico-sanitária questionada referente à sustentabilidade e o descarte correto do lixo produzido no restaurante, 90% das entrevistadas responderam corretamente às questões: “O que você faz com o lixo do restaurante?”; “O que você entende por sustentabilidade?” e “O que você faz com os objetos que já não usa mais no restaurante?”. Com isso, notou-se que a maioria das funcionárias apresentaram uma boa compreensão a respeito da sustentabilidade no restaurante (FRANKLIN *et al.* 2016). Neste trabalho foi obtido dados semelhantes já que a maioria das pessoas 82,4% (n=42) responderam que sabiam o significado de sustentabilidade e sua importância, e na pergunta seguinte 100% comprovaram que sabiam respondendo corretamente o conceito e sua importância.

Medeiros e Tabosa (2010), analisaram em seu trabalho um grupo de estudantes do curso técnico do Proeja, e observou que 50% dos estudantes realizavam a coleta seletiva em suas casas enquanto os outros 50% não realizavam. E a respeito de implementação de medidas de desperdício de produtos e matérias primas, caso fossem gerentes de alguma empresa, 100% dos alunos responderam que implementariam medidas contra o desperdício. Quando questionados sobre o motivo, 55% responderam que era pra evitar aumento na geração de resíduos sólidos. Já neste presente trabalho dados semelhantes foram

encontrados visto que 52,9% (n=27) responderam que realizam a separação do lixo e somente 21,6% (n=11) não realizam.

Em um estudo realizado com estudantes do 2º ano do ensino médio (EJA) de uma escola pública da Paraíba, sobre as possibilidades para a redução dos impactos causados ao meio ambiente pela produção exagerada de garrafas PET, 41,7% dos estudantes mostraram-se favoráveis à reciclagem e 58,3% favoráveis à reutilização, onde uma grande variedade de novo produtos podem ser criados, como vasos para horta vertical, brinquedos, artesanatos e até mesmo móveis (SOUSA; BARBOSA, 2018).

A reciclagem, além de ser muito importante para reduzir a extração de recursos naturais para atender à crescente demanda por matéria prima das indústrias, ainda ajuda bastante a amenizar um dos maiores problemas da atualidade: o lixo. É estimado que o Brasil produz 240 mil toneladas de lixo todos os dias. Destas toneladas, apenas 160 mil são coletadas, e o destino de 76% desses restos tidos como “inúteis” e “indesejáveis” continuam sendo os lixões a céu aberto (FONSECA, 2013).

Sabe-se que os recursos do nosso planeta são finitos, e caso não sejam tomadas as providências necessárias para o controle do aquecimento global, é provável que a vida na terra em alguns anos seja inviável. O mundo tem se tornado uma máquina propulsora de resíduos sólidos, por isso surgiu o aumento da necessidade da reciclagem, para que os resíduos sólidos passem por uma transformação e se tornem novamente matéria-prima ou produto, diminuindo os impactos ambientais e gerando uma melhor qualidade de vida futura (ROCHA; JOHN, 2003).

Nesse contexto o Ciclo de Vida é um conjunto de todas as etapas necessárias para que um produto cumpra sua função na cadeia de produtividade, desde o seu desenvolvimento até o seu descarte e por fim o tratamento dos materiais que o compõem para sua reutilização (VEZZOLI; MANZINE, 2008). Uma prática sustentável visando diminuir o impacto ambiental. Como exemplo disso, é possível citar as hortas verticais, que geralmente são feitas com garrafas pets ou embalagens de sorvete e margarina. Uma estratégia simples de prolongar a vida útil dos produtos, reutilizando-os para reciclagem.

Na pesquisa realizada por Schmitz (2014), que analisou as influências no consumo dos estudantes universitários de Porto Alegre, sobre o hábito de reutilizar

produtos e embalagens, concluiu que a média das respostas foi de 2,9 (resultado esse obtido por meio de uma variável e % de grau de concordância) onde é indicado uma baixa adesão a esse comportamento. Nesta pesquisa, 52,9% (n=27) dos estudantes mostraram que possuem o hábito de reaproveitar/reutilizar embalagens e produtos, e apenas 7,8 % (n=4) não possuem esse hábito, o que é um dado positivo, pois apenas a minoria não possui esse hábito.

Uma das maiores dificuldades encontrada atualmente é a de preparar e fazer as refeições em casa. Com a correria do dia a dia, muitas pessoas optam por fazer as refeições fora de casa, e isso muitas vezes tem se tornado uma alternativa mais viável (SCHANES; DOBERNIG; GOZET, 2018). Mas o que não é percebido é que fazer as refeições em casa é um hábito sustentável. Além de ser mais econômico, ainda é possível cuidar melhor da saúde, desde que se tenha um planejamento e opte por alimentos naturais e minimamente processados. Outra forma de tornar sustentável a alimentação em casa, é a possibilidade de reaproveitar as sobras de alimentos e utilizar cascas, sementes e PANC na preparação de novas receitas.

Em um estudo que analisou práticas sustentáveis de um grupo de estudantes de Gestão Ambiental da UERN, observou que considerando que a alimentação diária pode se tornar uma prática sustentável, a maioria dos estudantes (87%), afirmou que prepara as próprias refeições em casa (MARTINS; NASCIMENTO, 2014).

O momento atual exige que a sociedade esteja mais motivada e mobilizada para assumir um caráter mais responsável em relação a sustentabilidade, mas é importante ressaltar que o governo ainda precisa expandir os meios de comunicação e que sejam de fácil compreensão, além de organizar políticas públicas para que todos tenham acesso às informações e possam agir de forma mais sustentável e consciente. Pensando nisso, o Relógio do Clima em Nova York no dia 19 de setembro de 2020, começou a exibir uma contagem regressiva de 7 anos, 103 dias, 15 horas, 40 minutos e 7 segundos, tempo estimado para um colapso mundial, marcando o tempo em que os efeitos do aquecimento global se tornarão irreversíveis. O intuito dessa iniciativa é conscientizar a humanidade sobre os efeitos do aquecimento global para que seja possível fazer algo agora. Além disso, no visor foi exibida a frase “A terra tem um prazo” (EXTRA, 2020).

Durante a execução deste trabalho, uma limitação encontrada foi a escassez de estudos realizados com estudantes, principalmente da área de nutrição, o que

dificultou de certa forma a correlação entre as análises deste estudo e os trabalhos dos outros autores.

CONCLUSÃO

De acordo com as análises, constatou-se que os estudantes de nutrição de um modo geral possuem um bom entendimento a respeito da sustentabilidade na nutrição, mas falando em hábitos sustentáveis, com relação a reaproveitar/reutilizar/utilizar cascas, sementes e PANC, e reutilizar/reaproveitar embalagens e produtos, uma grande parte dos estudantes não possuem esse hábito. Automaticamente, quando uma parte do alimento que pode ser reaproveitada na preparação de outra receita não é consumida, gera um desperdício de alimentos. Com as embalagens e produtos a mesma coisa, vão para o lixo sem serem reaproveitados em outra finalidade.

O crescimento desenfreado de resíduos sólidos e orgânicos, e o aumento do desperdício de alimentos, têm deixado danos no meio ambiente que ainda são reversíveis. É importante que a atuação do nutricionista na sustentabilidade seja reconhecida de forma mais ampla, pois o profissional nutricionista pode ajudar na sustentabilidade em todas as suas áreas de atuação, contribuindo para minimizar cada vez mais os impactos causados à natureza.

Em suma, notou-se que os estudantes reconhecem que o tema sustentabilidade ainda é pouco abordado durante a fase acadêmica, com isso, ficou em evidência a necessidade de ampliá-lo.

Por fim, é necessário que as Instituições de Ensino realizem com mais frequência palestras, congressos, trabalhos e programas que incentivem os estudantes a terem atitudes sustentáveis e possam conhecer o papel do nutricionista em suas áreas de atuação, capacitando-os para serem profissionais que se preocupem com o meio ambiente e passem adiante os ensinamentos aprendidos.

REFERÊNCIAS

ABREU, E.S.; SPINELLI M. G. N.; PINTO, A. M. S. **Gestão em unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer**. São Paulo: Metha, 2013.

COLARES, L. G. T. et al. Lista de verificação de boas práticas ambientais para serviços de alimentação: elaboração, validação de conteúdo e confiabilidade interavaliadores. **Brazilian Journal of Food Technoogy**. Campinas, v.21, p. 68-71, 2017.

CONTE, I. I.; BOFF, L. A. As crises mundiais e a produção de alimentos no Brasil. **Acta Scientiarum: Human and Social Sciences**, v.35, n.1, p.49-59, 2013.

FONSECA, L. H. A. Reciclagem: o primeiro passo para a preservação ambiental. Barra Mansa, 2013. Disponível em: <<https://semanaacademica.com.br/system/files/artigos/reciclagem.pdf>> Acesso em: 3 de nov. de 2020.

FRANKLIN, T. A. et al. Segurança alimentar, nutricional e sustentabilidade no restaurante universitário. **Revista saúde.com**. Bahia, 2016.

MARTINS, J. C. V.; NASCIMENTO, L. M. Práticas de consumo e sustentabilidade: os estudantes de gestão ambiental da UERN. **V Congresso Brasileiro de Gestão Ambiental**. Belo Horizonte, 2014.

MEDEIROS, L. C; TABOSA, A. F. T. Percepção ambiental dos estudantes do curso técnico em alimentos do proeja no IFRN - *Campus* Currais Novos. Rio grande do Norte, 2010.

NUTRIÇÃO E SUSTENTABILIDADE: ALIMENTE ESSA IDEIA, O PLANETA AGRADECE. **CFN conselho nacional de nutrição**, 2020. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/index.php/nutricao-e-sustentabilidade-alimente-essa-ideia-o-planeta-agradece/>> Acesso em: 25 de out. de 2020.

PREUSS, K. Integrando Nutrição e desenvolvimento sustentável: atribuições e ações do nutricionista. **Nutrição em Pauta**, v. 17, n. 99, p. 50-53, 2009.

PROENÇA, R.P.C.; SOUSA, A.A.; VEIROS, M. B.; HERING, B. Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. Florianópolis: EdUFSC, 2008. (Série Nutrição).

RELÓGIO DO CLIMA EM NOVA YORK EXIBE CONTAGEM REGRESSIVA PARA COLAPSO MUNDIAL. **Extra**, 2020. Disponível em: <<https://extra.globo.com/noticias/mundo/relogio-do-clima-em-nova-york-exibe-contagem-regressiva-para-colapso-mundial-24659386.html>>. Acesso em: 1 de nov. de 2020.

ROCHA, J. C.; JOHN, V. M. Utilização de resíduos na construção ambiental. Coletânea Habitare, v.4. Porto Alegre, 2003.

SCHANES, K; DOBERNIG, K; GÖZET, B. Food waste matters - A systematic review of household food waste practices and their policy implications. **J Clean Prod.** 2018 May 1;182:978–91.

SCHMITZ, A. C. O marketing verde e suas influências no consumo dos estudantes universitários de Porto Alegre. Porto Alegre, 2014.

SOUZA, R. F.; BARBOSA, V. S. Horta vertical: um instrumento de promoção da saúde e sustentabilidade em uma escola pública no sertão paraibano. **Educação ambiental em ação**. Campina Grande, v.17, n.66, 2018.

VEZZOLI, C; MANZINE, E. O Desenvolvimento de Produtos Sustentáveis. 2008. **O pensamento do ciclo de vida: uma história de descobertas**. IBICT. Brasília. 2012. Desenvolvimento Sustentável e Avaliação do Ciclo de Vida. IBICT/CNI. 2014.

APÊNDICE A

QUESTIONÁRIO

1) Você já ouviu falar sobre sustentabilidade na nutrição?

SIM () NÃO () NÃO TENHO CERTEZA ()

2) Você sabe o que significa o termo sustentabilidade e qual a sua importância?

SIM () NÃO () NÃO TENHO CERTEZA ()

Sobre o termo sustentabilidade e sua importância (apenas para quem respondeu sim na questão anterior):

Aproveitar e esgotar recursos naturais. É importante para que os recursos naturais sejam renovados.

Preservar a vida. É importante para que o homem e os animais vivam em harmonia.

Capacidade de conservação de um processo ou sistema. É importante para que o meio ambiente e os recursos naturais sejam preservados, e o homem e a natureza vivam em harmonia

3) Você sabe como a sustentabilidade na nutrição ajudaria na conservação do meio ambiente?

SIM () NÃO () NÃO TENHO CERTEZA ()

4) Você tem o hábito de reaproveitar/reutilizar embalagens e produtos?

SIM () NÃO () ÀS VEZES ()

5) Na sua opinião, medidas mais severas devem ser aplicadas aos estabelecimentos para que o desperdício de comida e a produção de resíduos sólidos sejam controlados?

SIM () NÃO () NÃO TENHO CERTEZA ()

6) Na sua opinião, a sustentabilidade deveria ser mais abordada durante a graduação?

SIM () NÃO () NÃO TENHO CERTEZA ()

7) Você realiza a separação do lixo na sua casa? (orgânico do inorgânico)

SIM () NÃO () ÀS VEZES ()

8) Você procura evitar o desperdício dos alimentos na sua casa?

SIM () NÃO () ÀS VEZES ()

9) Você costuma evitar o desperdício de água na sua casa?

SIM () NÃO () ÀS VEZES ()

10) Você costuma reaproveitar sobras de alimentos na preparação de novas refeições?

SIM () NÃO () ÀS VEZES ()

11) Você costuma reaproveitar e utilizar cascas/sementes/pancos de alimentos na preparação de receitas?

SIM () NÃO () ÀS VEZES ()

12) Analise o quanto você se preocupa com o meio ambiente

Não me preocupo 1 - 10 me preocupo